

ТОНУС-КЛУБ

ОБОРУДОВАНИЕ

Оборудование	Принцип действия	Результат	Противопоказания	Время занятия
Тонусные столы	Комплекс тренажёров, принцип действия которых основан на повторяющихся движениях части стола. Каждый стол направлен на укрепление определённой крупной группы мышц (мышц живота, бёдер, ягодиц, плечевого пояса).	Укрепление мышечного каркаса тела без нагрузки на позвоночник, поясницу и суставы.	Беременность, недавно перенесённые операции.	45 мин
Роликовый массажёр	Аналог классического и антицеллюлитного массажа. Представляет собой вращающийся барабан, к которому можно прислоняться различными частями тела.	Разбивает жировые отложения, уменьшает объём «проблемных зон», уменьшает целлюлит, стимулирует кровообращение и обмен веществ.	Беременность, дерматит, низкое давление, нарушение кровообращения	15/30/45 /60 мин
Виброплатформа	Вибрация передаётся телу через платформу, в следствии чего мышцы самопроизвольно сокращаются и расслабляются. Во время занятия активизируется до 100 % мышц. Таким образом, 10 мин на виброплатформе заменяют час тренировки на тренажёрах.	Активизируются кровообращение и лимфодренаж, улучшается осанка и корректируется фигура, укрепляются мышцы	Гинекологические заболевания, заболевания позвоночника, почек, имплантаты в суставах.	10 мин
Вакуумный тренажёр	Это эллиптический кардиотренажёр, встроенный в капсулу, внутри которой создаётся пониженное давление. Разряженный воздух увеличивает кровеносное давление в проблемных участках тела; туда поступают кровь, кислород и питательные вещества. В результате жировые клетки вступают в процесс энергообмена и сгорают.	Уменьшение целлюлита, снижение объёмов тела и снижение веса, укрепление сердечно-сосудистой системы.	Варикоз, сердечная недостаточность, высокое/низкое давление, астма, эпилепсия, беременность	15/30/45 мин
ИК штаны/одеяло	Система глубокого прогревания под действием ИК излучения. ИК волны, проникая вглубь на 4 см, активизируют обмен веществ, способствуют обильному потоотделению и выводу шлаков и токсинов из организма.	Быстрое уменьшение жировых отложений в проблемных зонах, устранение целлюлита, восстановление упругости и эластичности кожи.	Гинекологические заболевания, менструальный цикл, беременность, инфекции, кожные заболевания, повреждение суставов.	50 мин
ИК сауна	Система прогревания под действием ИК излучения. ИК волны, проникая вглубь на 4 см, активизируют обмен веществ, способствуют обильному потоотделению и выводу шлаков и токсинов из организма	Вывод токсинов, уменьшение мышечных болей после тренировки, восстановление упругости кожи, уменьшение растяжек.	Гинекологические заболевания, менструальный цикл, беременность, инфекции, кожные заболевания, повреждение суставов.	30 мин
Прессотерапия штаны/куртка	Аппаратный лимфодренажный массаж, при котором происходит воздействие на лимфатическую систему сжатым воздухом.	Вывод из организма излишков внеклеточной жидкости, уменьшение целлюлита и отёков, профилактика варикозного расширения вен.	Тромбоз, тромбофлебит, переломы.	50/25 мин
Массажная кровать	Высокотехнологичный тренажёр, совмещающий массаж всего тела, рефлексотерапию и прогревание мышц и суставов ИК теплом.	Избавляет от болей, спазмов, защемления нервов, помогает при остеохондрозе, артрите, артрозе, вытягивает позвоночник,	Беременность, тяжёлые заболевания позвоночника, эпилепсия.	30 мин
Массажёр для ног	Массаж биологически активных точек стоп и икроножных мышц.	Снятие отёчности, массаж активных точек.	Остеопороз, травма на ногах.	15 мин
Массажёр для рук	Увеличивает циркуляцию крови в руках и во всём теле при помощи ИК прогревания. Воздействие вибромассажа на нервные окончания позволяет снять напряжение и усталость.	Ускоряет процесс впитывания крема, улучшает регенерацию клеток, уменьшает морщинки.	Заболевания сердца	15 мин
Массажёр для глаз	Имитирует приёмы традиционного китайского массажа вокруг глаз, воздействует на 20 массажных точек, улучшает кровообращение.	Устранение мешков и кругов под глазами, разглаживание морщин, улучшение эластичности кожи вокруг глаз.	Болезни глаз, после хирургических операций.	15 мин
Кислородотерапия/кислородный коктейль	Кислород легко всасывается в кровь через ЖКТ и транспортируется к тканям не только током крови, но и через лимфу.	Улучшение состояния кожи, сжигание жиров, избавление от головной боли и бессонницы.	Язва желудка, мочекаменная болезнь, индивидуальная непереносимость компонентов коктейля	15 мин/ 60 руб